

Schweinebraten in Milch (bretonisch)

Fleisch - Schwein

Vorbereitungszeit: 15 Minuten
Zubereitungszeit: 135 Minuten } 2½ Stunde

ZUTATEN für ... Personen		4	6
Schweinerollbraten ¹	g	1000	1500
Milch	ml	1000	1500
Schmalz zum Anbraten	g	30	40
Zwiebeln klein	g	100	150
Knoblauchzehen klein	St.	3	4
Rosmarin (Basilikum) Lorbeerblatt Thymian	} Kräuterstrauß		
Pfeffer, Salz			
Mehl	g	40	60
Butter	g	40	60

VORBEREITEN:

1. Fleisch mit der Hälfte der Knoblauchzehen spicken.
2. Kräuterstrauß binden.
3. Zwiebeln, wenn größer, quer halbieren.

¹ Auch Lummerbraten

ZUBEREITUNG:

1. Fleisch im Schmalz goldbraun anbraten. Anschließend Fett abgießen.
2. Zwiebeln, Knoblauch und Kräuterstrauß beifügen.
3. Milch angießen bis der Bratens zu drei Vierteln bedeckt ist. Milch salzen und pfeffern.
4. 2 Stunden leicht kochen lassen. Halbstündlich wenden.
5. Braten aus dem Sud nehmen. Die Schnur bei Rollbraten entfernen. Aufschneiden. Warmhalten. Sud (ohne Kräuter) auffangen.
6. Mehlschwitze herstellen und dann mit einem Mixstab soviel vom Sud unterarbeiten bis eine cremige Sauce entstanden ist.

BEILAGEN / GETRÄNKE:

- * Salzkartoffeln, Blumenkohl.

Kcal pro Portion: -

Trennkost: E

※ R-175.DOC